

令和6年度 新川みどり野高校 年間指導計画(シラバス)

学科	教科	科目(講座名)	対象学年	単位数	教科書	使用教材
普通科・福祉教養科	保健体育	体育①	全	2	高等学校 保健体育 Textbook(第一学習社) 高等学校 保健体育 Activity(第一学習社)	ステップアップ高校スポーツ2024(大修館)
学習の到達目標 ・各種の運動について、記録の向上や勝敗を競う楽しさを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方等を理解するとともに作戦に応じた技能でゲームを展開する。 ・自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向け工夫するとともに、自己や仲間の考えを他者に伝える。 ・各種の運動に主体的に取り組み、一人一人違いに応じた課題に挑戦する。ルールやマナーを大切にし、役割を積極的に引き受け、自己の責任を果たそうとする。						
学期	月	単元	学習内容			到達度目標(学習のねらい)
前期	4月	体づくり運動	体ほぐしの運動 ・のびのびとした動作で用具などを用いた運動 ・リズムに乗って心が弾むような運動 ・緊張したり、脱力したりする運動 ・仲間と協力し課題を達成する運動			・いろいろな体ほぐしの運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わったり、自分や仲間の体と心の状態を感じたりするとともに、交流する楽しさを味わうことができる。
			体の動きを高める運動 ・筋力や持久力を高める運動 ・柔軟性や巧緻性を高める運動 ・新体力テスト			・自分の体力を知り、体力の高め方や運動を継続する意義を理解できる。
	5月	陸上競技	短距離走(50m、100m走) ・動き作り、クラウチングスタート			・短距離走、長距離走の特性にふれながら、記録の向上の喜びや競争の楽しさを味わうことができる。
			中距離走(1000m、1500m走) ・インターバル走、ペース走			
	6月	テニス	テニスラケットの扱い方 ・1人でのボールつき、2人組のボールつき			・正しいラケットの扱い方を理解し、相手に向かって正確にボールを打ち返すことができる。
			基本打法① ・2人組での連続ストローク ・ネットをはさんでのストローク			・相手の返球に対応し、正確にボールを打つことができる。
			基本打法②(サーブ、レシーブ) ・サーブからのラリー ルールを工夫しての簡易ゲーム ・ハーフコートでのシングルスゲーム			・サーブを相手コートに正確に打つことができる。 ・サーブされたボールを打ち返すことができる。 ・身に付けた技能を使い、ルールを理解して楽しくゲームすることができる。
	7月		正式ルールでのゲーム ・シングルスゲーム ・ダブルスゲーム ・リーグ戦、トーナメント戦での試合			・審判などの役割を分担してお互いの責任を果たしながら、ゲームを楽しむことができる。
			(体育理論) スポーツの文化的特性と現代スポーツの発展	・スポーツの歴史的発展と多様な変化 ・オリンピックとパラリンピック ・ドーピングとアンチ・ドーピング		
9月						
後期	10月	卓球	卓球ラケットの扱い方 ・ペンホルダー、シェークハンド 基本打法① ・バックハンドのストローク ・フォアハンドストローク ・サーブ、レシーブ			・正しいラケットの扱い方を理解し、相手に向かって正確に打ち返し、ラリーを続けることができる。
			ルールを工夫しての簡易ゲーム 基本打法② ・ショートカット、ハーフボレー、スマッシュ、カット			・ボールにスピンをかけることを工夫したり、変化するボールに対する返球を工夫して楽しくゲームすることができる。
	11月		正式ルールでのゲーム ・シングルス・ダブルス ・トーナメント試合			・審判などの役割を分担してお互いの責任を果たしながら、ゲームを楽しむことができる。
			バドミントンラケットの扱い方 ・シャトル打ち、キャッチ、拾い上げ 基本打法① ・ドライブ、クリア、ドロップ、ロブ ルールを工夫しての簡易ゲーム ・シングルス・ハーフコート			・正しいラケットの扱い方を理解し、相手やスペースに向かって正確にシャトルを打ち返すことができる。
	12月	バドミントン	基本打法② ・サーブ、ヘアピン、スマッシュ			・クリアやスマッシュなどのテクニックを駆使して、ゲームを楽しむことができる。
			正式ルールでのゲーム ・シングルス・ダブルス ・トーナメント試合			・サーブを工夫して打つことができ、ゲームでの活用ができる。 ・審判など、役割を分担してお互いの責任を果たしながら、ゲームを楽しむことができる。
	1月					
	2月	(体育理論) スポーツの文化的特性と現代スポーツの発展	・スポーツの経済効果とスポーツの価値 ・スポーツが環境や社会にもたらす影響			・現代スポーツの経済波及効果について理解できる。 ・スポーツ空間の拡大による環境問題について理解できる。